

# CENTRO DI FITOTERAPIA AOU CAREGGI

## Le allergie in fitoterapia

*Le piante medicinali attualmente più utilizzate per la terapia sistemica delle patologie allergiche, in qualche modo considerate integrative o sostitutive dei farmaci convenzionali, sono la Boswellia e la Liquirizia ma altre conferme stanno emergendo dalla ricerca*

**C**omune è la richiesta di rimedi naturali per contrastare, prevenire o esplicitamente curare disturbi di tipo allergico. Talvolta dimenticando che proprio da "certi" prodotti naturali possono scaturire allergie, anche non ben controllabili. Questo vale in particolare per i soggetti poliallergici o con reazioni gravi nella storia clinica, anche se lontane nel tempo. In questo ambito dunque i punti fondamentali da tenere presenti sono prevenzione, attenzione ai prodotti naturali, possibili rimedi di origine naturale.

### Prevenzione

I soggetti con allergie devono evitare o ridurre al minimo l'esposizione ad alcuni irritanti che possono aggravare i sintomi allergici oppure causare problemi di respirazione, quali il fumo di sigaretta, gli odori forti, le esalazioni irritanti, l'inquinamento atmosferico, le temperature fredde e un elevato tasso di umidità. Qualora invece ci si trovi di fronte a specifiche cause eziologiche o allergeni comunque determinati, sulla base di prove allergologiche, la misura più importante da adottare rimane quella dell'allontanamento dall'allergene, tra i quali i più comuni sono pollini, alimenti, acari delle polveri, farmaci, insetti, materiali chimici, alcune erbe e propoli.

Del macerato glicerinato ottenuto dalle gemme di *Ribes nigrum*, frutto con una larga base di utilizzo a livello empirico e tradizionale, è nota l'attività antireattiva anche se siamo sempre in attesa di una documentazione clinica che confermi questa attività. Lo stesso preparato viene tradizionalmente utilizzato in fase preventiva.

### Prodotti naturali come trigger

Nel caso di erbe, tra quelle coinvolte più facilmente ci sono le Graminaceae, Compositae, Parietaria, Betulla, Cipresso e Olivo, Artemisie, delle quali sono implicati sempre i pollini con frequenti reazioni allergiche respiratorie. Esiste tuttavia anche il problema delle reazioni allergiche a sostanze presenti nella pianta, come ad esempio i lattoni sesquiterpenici delle Compositae, oppure gli acidi ginkgolici di

*Ginkgo biloba*, o ancora derivati terpenici presenti negli oli essenziali. Nello studio di Vitalone e colleghi del 2012, sono state riportate otto reazioni idiosincratice o allergiche dermatologiche (due delle quali riguardanti lo stesso prodotto), con insorgenza entro 4 giorni dall'uso; in molti casi è stato coinvolto il tarassaco (*Taraxacum officinale*), con una reazione principalmente attribuita ai lattoni sesquiterpenici. Il tarassaco potrebbe essere responsabile dell'allergenicità crociata con altre piante appartenenti alla stessa famiglia.

Tenendo conto del rischio di cross-reattività, è ormai acclarato che i pazienti con ipersensibilità alle Asteraceae dovrebbero evitare l'uso di prodotti naturali di tutte le specie di questa famiglia. Anche la senna, occasionalmente, potrebbe causare allergia da inalazione e varie reazioni anafilattiche.

Ernst in uno studio del 2000 (1) ha citato diversi casi di reazioni avverse cutanee dopo l'utilizzo di prodotti a base di erbe e le ha divise in diverse categorie: reazioni allergiche, Stevens-Johnson, fotosensibilizzazione e sindrome di Sweet. Le allergie ai preparati a base di erbe sono state dimostrate sia dopo l'uso sistemico che topico (prurito, dermatite allergica da contatto, orticaria, angioedema e anafilassi). Più di 80 oli essenziali sono stati descritti in letteratura come causa di dermatite da contatto, dei quali i più comuni sono tea tree oil, trementina, arancia, citronella, ylang ylang, sandalo, chiodo di garofano, menta piperita, balsamo del Perù, idroperossidi di limonene e idroperossidi di linalolo. Gli oli essenziali e alcune creme a base di erbe sono stati implicati come causa di fotosensibilizzazione. E nel paragrafo dei prodotti naturali bisogna anche ricordare, in particolare per i poliallergici, di evitare i prodotti multicomponenti e di utilizzare preferibilmente prodotti monocomponenti.

### Fitoterapici

Le piante medicinali attualmente più utilizzate in medicina per la terapia sistemica delle patologie allergiche, in qualche modo considerate integrative o sostitutive dei farmaci convenzionali, fra tutte sono rappresentate dalla *Boswellia* (*Boswellia serrata* Roxb) e dalla *Liquirizia* (*Glycyrrhiza glabra*).

### CERFIT

AOU Careggi, Via delle Oblate, 4  
50141 Firenze  
Padiglione 28a, Ponte Nuovo "Mario Fiori"  
tel. 055 794 9220/9635/6824  
Prenotazioni visite: CUP Metropolitano  
055 545454



Pianta di Liquirizia (*Glycyrrhiza glabra*)

La moderna ricerca occidentale ha evidenziato nella resina di *Boswellia* una serie di sostanze, chiamate acidi boswellici, dotate sia di una particolare attività farmacologica, ampiamente dimostrata con esperimenti sia su animali sia sull'uomo, in grado di inibire alcuni enzimi (5-lipossigenasi, elastasi, glucuronidasi ecc.) coinvolti nei processi di infiammazione cronica tipica delle reazioni immunologiche e allergiche. La lipossigenasi, in particolare, è responsabile della sintesi dei leucotrieni, importanti mediatori chimici della flogosi articolare, implicati anche in altre malattie infiammatorie croniche quali la colite ulcerosa e l'asma bronchiale. È stato inoltre dimostrato che l'acido boswellico beta e gli altri triterpeni presenti nella resina di *Boswellia serrata* presentano attività anticomplemento e non inibiscono le ciclossigenasi. Le indicazioni cliniche sono rappresentate dalla rinosinusite allergica e dall'asma bronchiale.

L'assunzione prolungata di un prodotto nutraceutico a base di estratto di Perilla, quercitina e vitamina D si è dimostrato efficace nella prevenzione della rinocongiuntivite allergica nei bambini. Il gruppo trattato ha mostrato un rischio dimezzato di aggravamento della rinite allergica rispetto al controllo e non si sono verificati eventi avversi clinicamente rilevanti (2).

Interessante anche la *Curcuma* (*Curcuma longa*) che, in aggiunta al trattamento standard per l'asma persistente in bambini ed adolescenti, ha determinato un miglioramento dei sintomi con riduzione dei risvegli notturni e un uso meno frequente di agonisti  $\beta$ -adrenergici.

La Liquirizia è una pianta medicinale ben

nota e ampiamente sfruttata in fitoterapia per le caratteristiche azioni emollienti e sedative della tosse tradizionalmente riconosciute, dovute alla glicirizzina, una saponina ad azione mucolitica, antinfiammatoria e antireattiva. Il meccanismo d'azione consiste nel blocco della reduttasi epatica dei corticosteroidi e in uno stimolo diretto della produzione degli ormoni surrenali. Con queste premesse la Liquirizia, in teoria, può essere razionalmente utilizzata nei soggetti allergici con manifestazioni a carico dell'apparato respiratorio fino all'asma bronchiale, ma anche cutanee, come la dermatite atopica e gli eczemi da contatto. Del resto già la tradizione erboristica attribuiva alla pianta anche una certa attività sedativa della tosse. Nelle forme con franco broncospasmo, anche su base allergica, può giovare senz'altro l'impiego di estratti di *Adhatoda*

Malva



## Bibliografia essenziale

1. Ernst E. Adverse effects of herbal drugs in dermatology. Br J Dermatol. 2000 Nov;143(5):923-9. doi: 10.1046/j.1365-2133.2000.03822.x.
2. Marseglia G, Licari A, Leonardi S, Papale M, Zicari AM, Schiavi L, Ciprandi G; Italian Study Group on Pediatric Allergic Rhinoconjunctivitis. A polycentric, randomized, parallel-group, study on Lertal®, a multicomponent nutraceutical, as preventive treatment in children with allergic rhinoconjunctivitis: phase II. Ital J Pediatr. 2019 Jul 18;45(1):84.
3. Meysami M, Hashempur MH, Kamalinejad M, Emtiazy M. Efficacy of Short Term Topical Malva Sylvestris L. Cream in Pediatric Patients with Atopic Dermatitis: A Randomized Double-Blind Placebo Controlled Clinical Trial. Endocr Metab Immune Disord Drug Targets. 2020 Oct 23.

vasica.

Le procianidine di *Vitis vinifera* risultano dalla pratica medica particolarmente utili nel contrastare le fasi edematose dell'orticaria cronica, non tanto nel dominare il sintomo prurito che spesso l'accompagna.

Una considerazione conclusiva: sono molte le piante utilizzate tradizionalmente nella prevenzione e terapia dei disturbi allergici, ma le evidenze disponibili sono ancora scarse e non solide. Come sempre in fitoterapia, non possiamo misconoscere il potenziale repertorio offerto dalla tradizione, pur in assenza di prove scientificamente documentate.

Un esempio classico arriva da alcune comuni piante medicinali di uso occidentale, come la Malva (*Malva sylvestris*) e la Camomilla (*Matricaria chamomilla*): un recente studio clinico randomizzato, in doppio cieco, controllato ha valutato l'efficacia dell'applicazione topica (crema) di un estratto di Malva nella gestione della dermatite atopica nei bambini. Dopo 4 settimane, è stato riportato un miglioramento significativo dei sintomi (3). Il prurito in quanto tale può essere gestito con alcune delle piante citate utilizzate per applicazione topica, come la Camomilla.

dr. Fabio Firenzuoli